



Desafío de aprendizaje continuo de Indiana

Desafío de aprendizaje continuo - Jardín de infantes	2
Desafío de aprendizaje continuo - Primer grado	4
Desafío de aprendizaje continuo - Segundo grado	6
Desafío de aprendizaje continuo - Cuarto grado	11
Desafío de aprendizaje continuo - Quinto grado	14
Desafío de aprendizaje continuo - Escuela media	18
Desafío de aprendizaje continuo - Escuela secundaria	21
Desafío de aprendizaje continuo - Salud y actividad física	24

Desafío de aprendizaje continuo - Jardín de infantes

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Cuenta cuántos cilindros hay en tu despensa o alacena (Un cilindro tiene la forma de una lata.)	Haz una lista de cosas que son de tu color preferido. Practica alargar la palabra para pronunciar los sonidos de las letras.	Encuentra un juguete que rueda o que tiene ruedas. ¿Qué hace que se mueva? ¿Qué sucede cuando lo empujas o lo haces rodar más fuerte o más suave?	Practica contar hasta 100 de uno en uno y de diez en diez.	Halla y subraya / encierra con un círculo palabras reconocibles a primera vista en diarios, revistas, correo basura, etc.	Cuenta cuántos pájaros ves cada día. ¿Cuántos viste en total en un día, tres días o en una semana?
Comunicación	Sorprende a un ser querido con una nota de agradecimiento e imagen. (Puedes enviarla por correo o entregársela a alguien de tu casa.)	Comienza un diario para escribir en casa. Piensa en temas con tu familia.	Dibuja y escribe sobre lo que quieres ser cuando crezcas. ¡Sueña en grande!	Escribe un libro práctico sobre cómo jugar con tu juguete preferido. Incluye pasos numerados, imágenes para cada paso ¡y una portada para tu libro!	Con permiso de un adulto, llama o usa la aplicación FaceTime para llamar a un amigo o familiar con el que no hayas hablado en un tiempo.	Enseña a alguien de tu familia una canción que te guste cantar.
Creatividad	Haz e ilustra un conjunto de tarjetas de objetos.	Usa objetos de afuera (hojas de pasto, hojas de pino, piedras) para deletrear tu nombre.	Haz un dibujo de tu animal preferido. Rotula todas las partes y escribe: "Mi animal preferido es <ingresa el nombre del animal>".	Dibuja y rotula el diagrama de una habitación de tu casa. Intenta agregar rótulos detallados, como colores, formas y tamaños.	Haz una caminata al aire libre con tu familia y junta elementos. Al regresar a casa, crea una instalación de arte al aire libre en el porche o patio.	Observa un atardecer. ¿Qué colores ves? Dibuja y pinta tu atardecer.
Pensamiento crítico	Lee un libro preferido con un adulto o hermano. ¿Quién es tu	Crea cuentos matemáticos con tus juguetes. Ejemplo: Tres	Piensa en uno de tus libros preferidos. ¿Qué tres razones hacen	Halla las diferencias cuando usas palabras en inglés como "to,	Inventa un apretón de manos especial para tu familia y enséñaselo.	¿Cuál es tu dibujo animado preferido? Comenta dos motivos por los

	personaje preferido y por qué?	autos están en el piso y se suman dos autos más. ¿Cuántos hay en total?	que sea un libro muy bueno?	too y two" (a, también/demasiado y dos). Escribe una oración para cada una.		que es tu preferido.
Colaboración	Juega un juego de cartas o de mesa con tu familia.	Con tu familia, piensa en palabras relacionadas con la primavera.	Pide a un adulto de tu familia que te cuente una historia de cuando eran pequeños.	Ayuda a tu familia a preparar una comida.	Lee un libro con un familiar.	Haz un fuerte con mantas o sábanas con tu familia y comparte un tentempié.
Bienestar social y emocional	Ayuda a limpiar u organizar un estante o cajón de tu casa. Toma una foto antes y después para ver la diferencia.	Haz un dibujo de algo que puedes hacer para ayudar en casa. Escribe una oración o rotula lo que estás haciendo en la imagen.	Haz una caminata con tu familia y descubre quién puede recolectar más basura. Lávate las manos al regresar a casa.	Piensa en elogios que puedas decirles a los miembros de tu familia. Comparte tus pensamientos.	Enseña a tus muñecas/ peluches sobre la bondad.	Recoge tus juguetes sin que te lo pida nadie.

Desafío de aprendizaje continuo - Primer grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparte algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Crea un mapa del jardín perfecto. Incluye rótulos y detalles.	<p>Usa un trozo de papel para escribir los números hasta 50.</p> <p>Piensa en todas las formas de mostrar un número con imágenes o ecuaciones.</p> <p>¿Puedes usar objetos (grupos de monedas de 1 centavo, porotos, bloques) para representar las ecuaciones? Usa la suma, resta o suma repetida (por ej., $5 + 5 + 5 = 15$).</p>	<p>Lee libros y haz visible tu forma de pensar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿En qué preguntas pensabas? • ¿Algo te hizo querer saber? • ¿Inferiste algo? • ¿Alguna palabra hizo que fueras flexible con los sonidos de las vocales? 	<p>Traza tu mano en una hoja de papel.</p> <p>Rotula el pulgar con "Quién", que indica sobre quién es el cuento. El dedo índice "Qué" indica de qué se trata la historia. El dedo mayor "Dónde" indica dónde transcurre el cuento. El dedo anular "Cuándo" indica cuándo transcurre el cuento. Y el meñique "Por qué y cómo" indica cómo y por qué se desarrolla el cuento.</p> <p>Mientras lees el cuento, toca cada dedo en la hoja cuando hallas la respuesta.</p>	<p>Sé un detective de las palabras.</p> <p>Lee un libro y durante la lectura, halla todas las palabras con vocales seguidas de "R":</p> <ul style="list-style-type: none"> • -ar • -or • -ir • -er • -ur <p>Agrupar y escribe las palabras en tarjetas de notas o en una hoja. Luego, compártelas con un cuidador.</p>	<p>Cuenta de dos en dos (2, 4, 6, 8, 10...) hasta 50 para alguien de tu casa.</p> <p>Plantea el desafío de ver hasta dónde puedes contar de cinco en cinco (5, 10, 15, 20...) y de diez en diez (10, 20, 30, 40...)</p>
Comunicación	Escribe o dile un elogio a cada miembro de tu familia.	Crea un video o escribe una nota/correo electrónico para	Piensa en una regla de la escuela que sea nueva o	Escribe la reseña de tu libro preferido y envíasela al	Crea títeres de dedo para representar un libro. Presenta	Escribe una carta a un familiar o amigo haciéndole

	Guárdalos en un frasco especial o en tu corazón.	un maestro o miembro de tu familia.	que quieras cambiar y escribe una carta de opinión a tu director con algunas razones.	autor.	tu espectáculo a algún miembro de tu familia o a tu mascota.	preguntas y envíala por correo.
Creatividad	Sal al aire libre y crea sombras chinescas con la luz del sol.	Usa los materiales que tengas para crear tu propio instrumento musical.	Representa uno de tus cuentos preferidos. Crea personajes y fondos con materiales que encuentres alrededor de la casa.	Usa los materiales que tengas para construir un puente que pueda sostener un auto o juguete pequeño.	Usa rollos de papel higiénico o de cocina o cajas de cereales para crear tu propio juego.	Haz una búsqueda de figuras en toda tu casa. Comprueba cuántas figuras en 2D o 3D puedes encontrar.
Pensamiento crítico	Explora los distintos géneros de música. Haz una lista de los distintos instrumentos que crees que está tocando el artista.	Disfruta las señales de la primavera. Anota tus observaciones en las categorías de los cinco sentidos. ¿Qué ves? ¿Qué hueles? ¿Qué escuchas? ¿Qué tocas? ¿Qué degustas?	Sal al aire libre un día de sol para hacer un experimento con sombras. Dibuja una X en el lugar donde estás parado, y pídele a alguien que trace tu sombra con tiza. Haz una predicción, ¿se moverá cuando te pares en la X más tarde?	Crea un árbol de conocimientos. Puede ser de dos o tres dimensiones. En las hojas o en otros elementos que agregues al árbol, escribe o dibuja algo que hayas aprendido hasta ahora.	Arma un rompecabezas con o sin ayuda. Cuéntale a alguien qué pistas te ayudaron a armar las piezas (mirar la imagen de la caja, agrupar colores similares, etc.).	Si pudieras tener una edad para siempre, ¿cuál elegirías? Cuenta o anota los motivos de tu respuesta.
Colaboración	Ayuda a preparar una comida con tu familia. Lee una receta o escribe una receta de lo que estás preparando.	Haz una secuencia de fotos en una línea de tiempo. Comenta algunos de los hitos importantes que lograste.	Diseña un desfile de modas con disfraces, ropa, sombreros, etc.	Juega un juego de mesa con otros. Comunica las reglas, instrucciones y expectativas (Adivina quién soy, Sorry, Candy Land, War) (con tarjetas).	Trabaja con tu familia para construir un fuerte de lectura cómodo usando mantas, almohadas, sillas, etc.	¡Desafío familiar! Cuántas palabras pueden formar con las letras de la palabra: PRIMAVERA
Bienestar social y emocional	Haz un dibujo o escribe una nota a una persona de una residencia de ancianos o centro de asistencia para la vida y envíaselo.	Haz un acto de generosidad inesperado que pueda ayudar a tu familia. Por ejemplo: Haz una tarea del hogar sin que te lo pidan.	Haz una lista de las cosas que puedes hacer para contagiar amabilidad a los demás.	Llama a un miembro de tu familia por teléfono y dile 3 razones por las cuales es especial.	Ayuda a tus padres o a tu cuidador a preparar una comida para tu familia.	Escribe notas de apoyo y colócalas en toda la casa.

Desafío de aprendizaje continuo - Segundo grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Mide distintos objetos de tu casa; luego, desafíate a ti mismo o a un miembro de tu familia para hallar objetos de la misma longitud.	Haz una caminata en el patio o por el vecindario. Busca evidencias de insectos y dónde viven. Observa sus acciones y escribe o dibuja sobre tus hallazgos.	Lee un cuento y luego escribe una nueva versión del cuento. Cambia el escenario, los personajes y acontecimientos.	Elige un capítulo de un libro que estés leyendo y conviértelo en un cómic.	Anota los horarios y las actividades del día usando A.M. y P.M.	Divide un mazo de cartas por la mitad y compártelo con un miembro de tu familia. Al mismo tiempo, da vuelta la carta de arriba. Suma los números. El que sume los números primero se lleva las cartas. Mira quién obtiene más cartas. Prueba con restas.
Comunicación	Dile a cada miembro de tu familia lo que valoras de cada uno.	Comparte un fragmento de un cuento o un dato de un libro en el que hayas dicho: "¡GUAU!" y explica por qué.	Llama a un amigo o a un miembro de tu familia y lee tu libro de cuentos ilustrado preferido. Comparte con ellos lo que más te gustó.	Escribe una carta a un amigo o miembro de tu familia para convencerlo de leer un libro que tú leíste.	Elige un artículo de tu casa. Haz preguntas de sí/no para que un miembro de tu familia adivine qué artículo es. Si lo adivina, ahora es su turno.	Diseña un espectáculo de títeres que enseñe una moraleja o lección. Puedes crear tus propios títeres o usar tus juguetes. Preséntaselo a un miembro de tu familia.
Creatividad	Usa distintos objetos de la casa para hacer un arco iris (por ej., comestibles, algo de la naturaleza, legos, pintura, crayones, etc.)	Usa objetos de toda la casa y un tubo de cartón para hacer un palo de lluvia.	Usa tizas para dibujar flores con 10 pétalos rotulados del 1 al 10. Escribe un número en el centro de la flor y luego suma o resta el número del medio y de pétalos.	Halla y dibuja objetos cotidianos que tengan distintas formas.	Haz un mapa de tu casa, habitación o vecindario. Agrega una rosa de los vientos para indicar el norte, sur, este y oeste.	Sal a dar una vuelta o mira por la ventana. Usa tus sentidos para elaborar oraciones descriptivas y crear un poema acróstico. P R I

						M A V E R A
Pensamiento crítico	Usa una hoja para armar una cadena de tiras de papel. ¿Hasta dónde llega?	Prueba a hacer una pelota con una hoja de papel y cinta. ¿Puedes lograr que parezca una pelota?	¿Cuáles son todas las diferentes combinaciones de monedas que forman 25 centavos?	Si A=\$1, B=\$2, C=\$3... Y=\$25, Z=\$26 ¿Cuánto vale tu nombre? ¿Y el de los miembros de tu familia? (Súper desafío: ¿puedes crear una palabra que valga \$100?)	Completa un rompecabezas por tu cuenta o con tu familia.	¿Qué número de dos dígitos se lee igual al revés y al derecho?
Colaboración	Juega un juego de mesa con tu familia.	Prepara la cena o un postre con tu familia.	Construye un fuerte con almohadas o mantas e invita a un miembro de la familia a jugar y leer en el fuerte.	Piensa en una pregunta de un tema sobre el que te gustaría conocer más. Investiga tu pregunta con un adulto o hermano mayor.	Haz una lista de compras con un adulto. Coloca una estrella al lado de las cosas de necesidad absoluta y una carita sonriente al lado de las cosas que quieres. Comenta cómo las perspectivas afectarán la manera en que vemos la lista.	Comparte tus ideas de lo que significa para ti la siguiente cita: "¿No te es lindo pensar que mañana es nuevo día sin errores?" —Ana la de Tejas Verdes
Bienestar social y emocional	Observa a las personas y cosas que te rodean. ¡Diles cuánto los aprecias!	Limpia y organiza un área de tu casa o de tu habitación.	Ponte un objetivo y ¡no te rindas hasta que lo logres!	Ayuda en casa al completar una tarea del hogar que no haces habitualmente.	Sal a dar una vuelta o ve a un lugar tranquilo y presta atención a tu respiración. ¿Qué escuchas, ves, hueles, sientes o notas? ¿Se cumplieron todas tus necesidades? ¿Estás tranquilo? Cuidarse a uno mismo ayuda a cuidar a los demás.	Observa alguna necesidad a tu alrededor y ocúpate de ella sin que te lo pidan. (Por ejemplo: rastrilla el patio del vecino, haz una tarea del hogar, cuida de tu hermano o mascota).

Desafío de aprendizaje continuo - Tercer grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Crea un gráfico de barras, imágenes o líneas para registrar el clima la semana próxima. ¿Qué preguntas pueden responderse usando esta gráfica? ¿Puedes usar estos datos para predecir el clima de la semana siguiente?	Haz un mapa de tu casa. Mide el área de las habitaciones. Si no tienes una regla, usa unidades de medida no estándares (por ej., zapatos, libros, etc.).	Busca semillas cerca de tu casa o en el vecindario. Compara las estructuras de las semillas que hallaste e intenta averiguar cómo cada semilla podría desplazarse desde la planta madre hasta un lugar de crecimiento.	Halla por lo menos tres artículos "enteros" de tu casa que puedan dividirse en partes iguales. (Algunos ejemplos son: un sándwich, una manzana, una hoja). Trabaja con un miembro de tu familia para mostrar las partes iguales cortando el sándwich o la hoja en grupos iguales.	Investiga cómo la temperatura afecta la cantidad de azúcar que se disolverá en agua al preparar soluciones azucaradas saturadas en agua a temperatura ambiente, agua con hielo y agua caliente. Haz predicciones científicas antes de comenzar la investigación.	Lee tu novela infantil preferida o un artículo con un familiar y demuestra cómo ser un lector más sabio haciendo preguntas antes, durante y después de la lectura. Explica de qué manera ayuda a comprender mejor el texto.
Comunicación	Elabora una tira cómica de tu semana. Cada recuadro mostrará algo que sucedió ese día. Asegúrate de usar un globo de diálogo o una leyenda que explique lo que sucedió.	Escribe una carta a un amigo o a tu maestro contándole lo que estás haciendo. Si puedes, envíasela por correo a esa persona.	Practica escribir una opinión al escribir una carta o correo electrónico a tu maestro que se enfoque en un CAMBIO importante que te gustaría ver en tu salón de clases.	Llama por teléfono a uno de tus abuelos o a un familiar o amigo mayor para hacer una entrevista. Pídeles que te cuenten sobre una época única en su historia personal, una historia divertida, algo que quisieran que conozcas o incluso una "historia" de su	Escribe un correo electrónico a tu maestro o escribe a alguien de tu casa sobre el libro que estás leyendo. Escribe sobre lo que está viviendo el personaje principal, cómo se enfrenta al desafío o a la misión, quiénes son los personajes	Comienza un diario sobre el tiempo que no vas a la escuela. Elige un tema que te ayude a orientar tu diario. Puedes escribir sobre cosas generales que pasaron en tu día, citas interesantes que hayas escuchado en la TV o de tu familia, algo nuevo que

				vida. Puedes escribir sus historias o crear una línea de tiempo de sus vidas.	secundarios y cómo influyen en el personaje principal. ¿Qué lección aprendiste?	aprendiste durante el día, o incluso algo nuevo que probaste.
Creatividad	Sal a dar una vuelta y halla algunas piedras redondas, como las rocas de río. Prueba qué tan alto puedes apilarlas.	¿Puedes armar un arco iris? Coloca un vaso de agua lleno en el alféizar donde brille la luz del sol. Cuando el agua ya no se mueva más, coloca un trozo de papel blanco sólido en el piso donde está el reflejo del agua. Haz un dibujo de lo que observas.	Haz un laberinto de canicas con un plato desechable, papel, cuerdas, pajitas o cartón de una caja de cereales. Pega los objetos en el plato desechable formando un laberinto. Cuando esté seco, coloca una canica o una pelota de goma chica en el laberinto y haz rodar la pelota para que avance por el laberinto.	Crea regalos de la amistad. ¿Qué cosas de tu casa puedes usar para hacer regalos para tus amigos? Algunas ideas incluyen: pulseras, piedras pintadas, tarjetas o notas, libros artesanales o proyectos de arte. Guarda estos regalos para entregárselos cuando se reanude la escuela.	Usa materiales reciclables u otros elementos de basura que estén en tu casa para armar un robot. Prepara un diario para él y escribe una nota, todos los días, sobre lo que hizo la noche anterior para que tu familia espere algo interesante todos los días. ¡No te olvides de ponerle un nombre a tu robot!	Crea algo que mejorará tu hogar. ¿Necesitas un sistema de reciclaje? Busca contenedores o cajas y márcalas con rótulos. ¿Necesitas quitar la pila de ropa para lavar del piso? Crea un sistema que le sirva a tu familia. Sé ingenioso y resuelve un problema práctico del hogar.
Pensamiento crítico	Diseña un automóvil que funcione con el viento con los LEGO u otros artículos del hogar. Vas a necesitar un mástil y una vela de papel. El viento es un ventilador eléctrico. Mide lo rápido que va tu auto, o crea dos para hacer una carrera.	Elige un juguete pequeño de tu casa. (Por ej., un animal de juguete) y crea 3 maneras de moverlo usando máquinas simples. ¿Puedes usar palitos de helado y una cuerda para crear una resortera, un columpio, etc.?	Haz un diagrama de Venn para comparar y contrastar dos de tus personajes preferidos de tu programa de TV o libro preferido.	Con los LEGOS u otros elementos de tu casa, crea un estadio, con asientos para espectadores, una cabina de prensa y dos equipos opuestos.	Con papel de diario y cinta, ¿puedes armar una estructura con 3 o 4 patas que soporte el balón de baloncesto?	Crea un paracaídas con artículos del hogar como filtro de café, pajitas de plástico, la mitad de plástico de un huevo de Pascua y cinta. Mira cómo flota hasta el piso.
Colaboración	Cocina o prepara algo al horno con tu papá/mamá u otro miembro mayor de la familia. Presta atención a las fracciones que	Juega afuera con tu hermano/a. Juega a saltar a la soga, a la rayuela, al "corre que te atrapo", si tienes aro de	Aprende un nuevo juego de cartas. Enséñaselo a tus hermanos, padres o a un amigo. ¡Disfruta del juego!	Planea con tu hermano/a una comida para tu familia. Decidan lo que van a incluir en el menú, reúnan los ingredientes y preparen la	Lee un libro en pareja con un miembro de tu familia. Comenta los temas importantes del libro, si te gustaría o no	Haz un desafío de entrenamiento hasta el "100" con un miembro de la familia. Elige un ejercicio, como abrir y cerrar

	usan. Por ejemplo, ¿qué harías si necesitaras una taza de harina, pero solo tienes una taza de medir de ¼?	básquet, puedes jugar a "Horse"; enséñense juegos nuevos o crea una pista de "parkour" en el patio con lo que ya tienes en tu patio.		comida. Sirvan la comida juntos.	ser amigo del personaje principal y por qué, elabora preguntas complejas para hacerle a tu compañero, y comenten sus diferentes opiniones sobre el libro.	piernas, y haz la mayor cantidad que puedas. Luego, mientras descansas, tu compañero hace la mayor cantidad que pueda. Si no llegan a 100, continúen por turnos hasta que lo logren. Intenten un ejercicio nuevo cada día o hagan el mismo por una semana y comprueben si llegan a 200 como equipo.
Bienestar social y emocional	Escribe un mensaje positivo con tiza en la acera frente a tu casa para inspirar a tus vecinos cuando pasan por allí.	Reúne algunas piedras lisas. Crea piedras de la bondad con imágenes alegres o frases en ellas. Coloca las piedras en distintos lugares del vecindario para que las encuentren los vecinos.	Pide a un miembro de la familia que te enseñe una nueva tarea del hogar, como lavar la ropa. Luego, usa este nuevo conocimiento para ayudar en tu casa y completar la tarea cuando sea necesario.	Entrega artículos en los porches de tus vecinos. Piensa en tus vecinos y en lo que podría gustarles, alimentos horneados en casa, notas de bondad, una bolsa de comida, libros que recomendarías, etc.	En secreto, haz algo lindo para un integrante de tu casa. Piensa realmente en algo que podría tener un impacto y luego lleva adelante la misión de bondad en secreto.	Crea un póster de gratitud en tu casa. Cada vez que pases frente a él, anota una cosa por la que estás agradecido. Invita a tu familia a participar mientras completan el póster. Cuando sientas que te cuesta pensar en algo inmediatamente, esfuérzate un poco más.

Desafío de aprendizaje continuo - Cuarto grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Usa bloques (Legos o materiales similares) y una regla para armar varios cuadriláteros cuya área sea mayor que el perímetro.	Enumera todos los múltiplos (en orden) de un número que elijas. Compite con tu papá/mamá o hermano para ver quién pasa primero el número cien. Por ejemplo, 3: 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30...99, 102	Investiga un tema científico que elijas en la computadora o en un libro. Luego, crea una presentación (póster, diapositivas, etc.) sobre lo que aprendiste.	Halla una receta con fracciones en la lista de ingredientes. Comenta cuánta cantidad necesitarás de cada ingrediente si triplicas la receta.	Haz una lista de cinco sustantivos, adjetivos, verbos y adverbios. Elige uno de cada categoría y escribe un cuento (narración) usando todas esas palabras para crear un personaje, escenario, problema y solución. Luego, comparte el cuento con tu familia a la hora de dormir.	Halla tres palabras cuyo significado no conozcas en un libro de tu casa. Aborda la palabra usando conclusiones, pistas del contexto, silabeo, los conocimientos de prefijos y sufijos para acercarte todo lo que puedas al significado de la palabra. Luego, busca en un diccionario o pide a un familiar para ver qué tan cerca estuviste. Por último, ¡plantéate el desafío de usar estas palabras por lo menos una vez al día siguiente!
Comunicación	Escribe y envía una carta a alguien que sea importante para ti.	Esconde algo para un familiar y luego crea un mapa del tesoro para ayudarlo a encontrar el objeto.	Piensa en un número y crea pistas para que otra persona adivine el número. Usa tus conocimientos de valor posicional, suma, multiplicación, resta y división como ayuda	¿Cuál es tu juego de mesa preferido? ¿Cómo se juega? ¿Por qué te gusta tanto? Escribe tus propias instrucciones y juega con alguien siguiendo estas instrucciones.	Entrevista a un familiar mayor en persona o por teléfono. Pregúntale cuándo y dónde nacieron. ¿Dónde creció? ¿Qué le pareció la escuela? ¿A qué jugaban cuando eran chicos? ¿Cuál	Mira un documental sobre un tema que te interese y crea una actividad o póster para compartir con tus hermanos/ padres de lo que aprendiste.

			para las pistas.		es su mayor orgullo en la vida? ¿Qué lecciones de vida aprendió? Luego, escribe una breve biografía sobre esta persona y guárdala en la historia de tu familia.	
Creatividad	Crea un video sobre cómo construir el mejor fuerte interior. Asegúrate de incluir muchos detalles.	Crea una historieta sobre algo que te haya pasado recientemente o que esté pasando en el mundo. Incluye ilustraciones y globos de conversación con diálogos.	Crea un juego de mesa para jugar con tu familia, que incluya cartas, reglas e información sobre cómo ganar el juego.	¡Crea un modelo del fuerte Mandan o fuerte Clatsop de la expedición de Lewis y Clark/Cuerpo del Descubrimiento! Usa los elementos que tengas en tu casa o patio.	Después de la lectura de un libro a elección, elige un párrafo para ilustrar con marcadores, lápices, crayones o pinturas. Observa cuántos detalles del párrafo puedes mostrar a través de tu creación artística. Luego, dale el dibujo a un familiar para ver cuánto pueden conocer del cuento a través de tu dibujo. Como desafío, ¡ilustra un párrafo de un libro de no ficción!	Crea una reseña de un libro que hayas terminado recientemente. Sé creativo: crea un póster (y toma una foto), escribe una nota convincente sobre por qué o por qué no debería leerlo un compañero, crea un video o mensaje de audio de tu reseña. Compártela con tu maestro o compañeros.
Pensamiento crítico	Construye una torre usando tarjetas en blanco de 3" x 5", clips, etc. Comprueba si puedes llegar a 18 pulgadas de alto. ¿Puedes modificarla para que pueda sostener un libro de tapa dura?	Crea un barco con papel de aluminio y luego prueba cuántas monedas puede llevar sin que se hunda. ¿Qué cambios puedes hacer a tu barco para que lleve más monedas? Inténtalo.	Habla con tu familia sobre algo de la cultura del hogar que no esté bien. Puede ser sobre el lugar que ocupan algunas cosas o no poder cenar todos juntos a la noche. ¿Qué ideas se te ocurren para solucionar esto juntos?	¡Juega al dígallo con mímica como se hacía antes! Elige una categoría como libros o películas y pide a cada uno que escriba el nombre de un libro/película en un papel. Divide en dos grupos y tomen turnos para representar cada libro/película.	Juega con un compañero. Empieza con una pila de objetos. Cuando sea tu turno, quita solo uno o dos objetos de la pila. Debes tomar por lo menos un objeto de la pila, pero no más de dos. El que saca la última pieza es el ganador. Juega varias veces para ver si descubres cómo ganar cada partida. (¿Cómo puedes ganar? ¿Cuál sería una	Diseña un juguete nuevo. Haz un boceto, construye un prototipo y elabora un anuncio para convencer a los demás de que lo compren.

					estrategia perfecta?)	
Colaboración	Juega a tres juegos de mesa distintos con los miembros de tu familia.	Prepara o cocina al horno una sorpresa con un miembro de tu familia.	Trabaja con un familiar cada día para hacer algo especial por otro miembro de la familia. Piensa en lo que le significaría más para esa persona.	Colabora con los miembros de tu familia para crear cuatro eventos en la serie de eventos "Récords mundiales" de la familia. Trabajen juntos para crear eventos con cosas que encuentren en la casa para idear desafíos físicos, creativos y académicos. Luego, define un límite de tiempo para la cantidad de intentos exitosos que puede hacer cada miembro y determina quién pudo establecer el "Récord mundial" en tu familia para cada evento.	Haz un dibujo de lo que quieras (por ejemplo: monstruo, animal). Mantenlo oculto y pide a tu hermano o a un miembro de la familia que dibuje lo mismo, pero solo con tus instrucciones verbales. Mantén la imagen en secreto hasta que la otra persona haya terminado de dibujar. Diviértanse al revelar las imágenes y compartirlas. Puedes hacerlo varias veces. Cada vez, intenta dar instrucciones más específicas y ve cómo lo hace tu compañero.	Elige tres amigos o miembros de la familia y elabora un diario sobre los rasgos de personalidad que admiras de ellos.
Bienestar social y emocional	Planea y prepara la cena para tu familia; no te olvides de incluir un postre divertido.	Observa alguna necesidad a tu alrededor y ocúpate de ella sin que te lo pidan. (Lava los platos, rastrilla el jardín, saca la basura, limpia la habitación, cuida de tu hermano/a o mascota).	Limpia y organiza un área de tu casa o de tu habitación.	Llama a un vecino mayor, amigo o miembro de la familia y pregúntales cómo están. Ofrece llevarles suministros, si los necesitan.	Recorre la mesa del comedor y pide a cada miembro de la familia que cuente algo que haces que los hace sentir muy queridos por ti. ¡Anota! Diferentes acciones hacen que diferentes personas se sientan muy queridas.	Enseña a tu familia sobre "perder el control" y muéstrales las señales con las manos para empezar a enojarse y estar completamente enojado. Ayuda a tus hermanos, hermanas, mamá, papá y otros miembros de la familia a usar esta señal cuando están muy enojados.

Desafío de aprendizaje continuo - Quinto grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño/la niña cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Cuenta los cubiertos en tu casa. ¿Cómo puedes describirlos usando fracciones (por ej., $\frac{2}{3}$ de los cubiertos son cucharas)? Intenta elaborar algunas oraciones de multiplicación de fracciones.	Ve a la alacena o despensa y saca cuatro o cinco cajas. Busca la masa en gramos. Elabora una lista con los nombres y calcula la masa al gramo más cercano; luego, escribe la masa real y súmalas. Asegúrate de alinear los decimales. Observa qué tan cerca estuvo tu cálculo. A continuación, mide el volumen de las cajas, así como también de otros elementos de tu casa. Desafío: ¡usa decimales y fracciones!	¿Cuántos conjuntos puedes armar usando cuatro camisetas preferidas, tres pantalones preferidos y dos pares de zapatos preferidos?	Busca un menú en línea de un restaurante local. Calcula cuánto costaría una cena para ti y tres amigos. Luego, calcula cuánto sería por persona si dividieran la cuenta en cuatro partes iguales. ¡No te olvides de derrochar e incluye aperitivos y postres! Para ampliar el desafío, suma una propina de 20 por ciento y el impuesto de ventas de 6 por ciento a la cuenta total.	¿De cuántas maneras distintas se pueden anotar 30 puntos en un juego de fútbol americano de la NFL? <ul style="list-style-type: none"> • Touchdown (o ensayo) = 6 puntos • Punto extra = 1 punto de campo • Gol = 3 puntos • Safety = 1 punto ¿Puedes expresar tus soluciones mediante ecuaciones y aplicando el orden de operaciones? Ejemplo: $(3 \times 6) + (3 \times 3) + (3 \times 1) = 30$ para representar 3 touchdowns, 3 goles de campo y 3 puntos extra.	Toma una foto o graba un video corto de tu mascota o peluche preferido. Describe tu mascota o peluche con la mayor cantidad de lenguaje figurativo posible. Intenta incluir los sentidos: cómo se sienten, cómo huelen, qué aspecto tienen y qué sonidos hacen.
Comunicación	Escribe un ensayo persuasivo para convencer al	Pide ver una factura de teléfono (incluye	Escribe una carta a tu personaje preferido del	Escribe una carta a un adulto mayor. Las residencias	Escribe una carta a tu autor preferido. Puedes	En homenaje al Mes de la Historia de la Mujer, llama,

	<p>director de la escuela de hacer un cambio en tu escuela sobre un tema que consideres importante.</p>	<p>teléfono celular). Halla la cantidad de minutos usados en el mes, para hablar y mandar mensajes. Halla el promedio de minutos para hablar/ mensajes de texto por día. Divide esa cantidad por el número de personas que usan el teléfono para averiguar la cantidad promedio de minutos que usa cada uno por día. Intenta calcular el precio por minuto para hablar/ mensajes de texto con la cantidad de la factura.</p>	<p>libro que estés leyendo. Puedes hacerle todas las preguntas que tengas. Cuéntale cómo te sientes con respecto a algunas decisiones que tomó el personaje a lo largo del libro.</p>	<p>de ancianos y centros de asistencia para la vida no permiten visitas en este momento. Este grupo de personas está destinado a estar solo. También, escribe una carta a los integrantes del personal médico y al personal de emergencia para agradecerles su servicio.</p>	<p>preguntarle algo que quieras saber. Cuéntale cuál fue tu libro preferido escrito por él y por qué es tu preferido. Usa el formato de carta.</p>	<p>envía un mensaje de texto o escribe una carta a tres mujeres importantes que marcaron una diferencia en tu vida. Expresa por qué son importantes y qué impacto tuvieron en tu vida. Recuerda ser específico en los detalles.</p>
Creatividad	<p>Lee el primer párrafo de algunos libros que te gusten. Piensa de qué manera lograron que quisieras seguir leyendo. Usa la inspiración para escribir un primer párrafo que podría enganchar a los lectores.</p>	<p>Crea una postal que ilustre un lugar especial de tu ciudad. Del otro lado, incluye un título que describa la ilustración y un mensaje que explique por qué ese lugar es especial para ti. Luego, completa la dirección y envía la postal a un familiar o amigo.</p>	<p>Crea un mapa de tu habitación soñada. Recuerda que el dinero no es problema. Muestra dónde ubicarías cada cosa. Incluye una descripción de cada objeto.</p>	<p>Representa una coreografía de tu canción preferida. Inventa instrucciones escritas para enseñar la coreografía a los demás con palabras e ilustraciones.</p>	<p>Lee un libro de poesías preferido. Memoriza tu poema preferido y presta mucha atención a su ritmo y rima. Imita el poema reescribiendo sus versos. Mantén el ritmo y la rima intactas.</p>	<p>Crea tu propio restaurante. Elige un nombre, crea un menú, decide la ubicación, diseña el plano del piso interior y el frente de la tienda.</p>
Pensamiento crítico	<p>Busca un juego de damas o ajedrez. ¿Cuántos cuadrados identificas?</p>	<p>Investiga tres parques nacionales que te gustaría visitar. ¡Planifica tu viaje! Calcula el número total de millas, el</p>	<p>Crea un manual sobre los estados de la materia (sólido, líquido y gaseoso). Usa revistas viejas, etiquetas de alimentos,</p>	<p>Diseña un experimento sobre algo que te gustaría saber. Por ej. ¿Cuál es el mejor cambio que hace la limpieza?</p>	<p>Piensa en tu dulce preferido; si tienes uno, colócalo delante tuyo para tener una imagen. Tu tarea es describir el dulce desde la</p>	<p>Cuando comas un alimento o bocadillo, mira la información nutricional. Revisa el tamaño de la porción. Averigua</p>

		número total de galones de gasolina que necesitarías (aprox. 25 millas por galón) y el costo total de la gasolina (aprox. \$2,30 por galón).	dibujos, etc. para representar cada estado. Escribe una explicación de las características de cada propiedad para enseñar a todos. Como desafío extra, explica cómo las propiedades pueden cambiar su estado.	¿Cómo crecen los gérmenes? ¿Qué hace el azúcar a tus dientes? Asegúrate de usar el proceso científico mientras lo creas.	perspectiva de un dentista. Da vuelta la página, y ahora describe el dulce desde la perspectiva de alguien que no comió dulces en cinco años.	cuántas cajas, paquetes o botellas necesitarías para alimentar a tus compañeros de clase. ¿Cuántos gramos de azúcar tendría el tamaño de porción de la clase? ¿A cuántas cucharadas equivalen? (15 g = una cucharada)
Colaboración	¿Cuáles son tus equipos preferidos? Pueden ser equipos en los que hayas participado o que te guste alentar en la temporada. Escribe una carta a un entrenador, miembro de la familia o amigo y explica por qué esos equipos son tus preferidos. Explica por qué esos equipos son especiales, grandiosos o exitosos.	Ponte en contacto con un familiar mayor o un amigo de la familia. Pregúntale sobre su experiencia de vivir un evento histórico del pasado.	Usa cuatro dados o cartas (usa el as como uno, y las cartas hasta el nueve). En una hoja con renglones, escribe 0 en la parte de arriba, lanza los dados (o un dado cuatro veces) o saca cuatro cartas de la pila, ordena los números de la manera que quieras y luego coloca el punto decimal donde quieras. Solo tendrás que sacar cuatro cartas y deberás usar la coma decimal, sumar el número que creaste a 0 en 10 turnos. Intenta acercarte lo más que puedas a 100 y no pasarte. Si lo logras, eres el ganador. ¡Asegúrate de alinear los decimales! Si	Cambia las reglas de tu juego de mesa preferido, juego de cartas o juego al aire libre y pruébalo para ver si funciona. Piensa en cómo puedes cambiarlo lo suficiente para que cambie la forma de jugar. Luego, analiza si tus reglas mejoraron los juegos. ¿Cómo cambiaron, qué cosas lo mejoraron y los demás están de acuerdo?	¿Acabas de ganar la lotería! ¡Trabaja con tu familia y diseña un nuevo patio trasero! Haz un dibujo a escala de tu nuevo patio e incluye todas las características que quieras. Asegúrate de que tu plano satisfaga las necesidades de toda la familia y de las mascotas.	Reúnete con tres miembros de la familia. Cada uno debe doblar una hoja en tres partes iguales. Luego, tendrán que dibujar una clase de cabeza (de persona, animal, etc.). Pero sin mostrar el dibujo a nadie. Dalo vuelta a la parte en blanco y pásalo al que esté a tu derecha. Sin mirar, dibuja el torso de algo, pero sin mostrárselo a nadie. Dalo vuelta a la última parte en blanco y pásalo al que esté a tu derecha. Ahora, sin mirar, dibuja las piernas. Cuando todos hayan terminado, abre la hoja ¡y vean sus creaciones!

			sacas 2, 3, 8 y 6, podrías formar el número 2,863 u 82,63 o 0,2836, según lo que necesites para llegar a 100.			
Bienestar social y emocional	Con un libro que estés leyendo, haz una lista de los personajes principales. Luego, escribe una palabra para describir un rasgo de la personalidad de cada personaje. Por último, describe cómo el personaje exhibe ese rasgo usando evidencias del libro.	Ayuda responsable con la ropa para lavar. Puedes juntar la ropa, ordenarla en pilas y doblarla o separarla.	Dibuja el contorno de tu imagen. Usando rasgos de la personalidad (honestidad, integridad, responsabilidad, etc.), divide tu imagen en distintas fracciones que indiquen qué cantidad representa cada rasgo. Recuerda hacer fracciones equivalentes para sumarlas y que sean iguales a un entero.	Crea una lista de gratitud. Piensa en la mayor cantidad de cosas por las que estás agradecido y por qué. Luego, comparte la lista con tu familia. ¡Anímalos a hacer lo mismo!	Toma tu tiza y escribe un mensaje positivo en tu acera, para todas las personas que salen a caminar y a tomar aire fresco.	La felicidad es un sentimiento que depende de las circunstancias. La alegría es algo que eliges. En estos tiempos de incertidumbre, es fácil sentirse triste. ¿De qué maneras puedes elegir la alegría? ¿Cómo puedes transmitir alegría a otros esta semana?

Desafío de aprendizaje continuo - Escuela media

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Tu desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera. Un desafío extra es crear tus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y completarlas. Comparte algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Ayuda a tus padres a pagar las cuentas. Pregunta sobre cheques, tarjetas de crédito, cuotas atrasadas, impuestos y presupuestos.	Endemia, pandemia, epidemia. Investiga los orígenes/raíces de cada palabra en el diccionario o en dictionary.com. ¿Por qué el COVID-19 se clasifica como pandemia?	National Geographic for Kids Investiga información sobre el COVID-19. Completa la rutina de Triangle-Square-Circle para compartir tus ideas.	Lee un libro y luego mira la película y escribe una comparación de los dos usando la estrategia RACES (replantear la pregunta, responder la pregunta, citar la fuente y explicar) para indicar cuál te gustó más.	Hagamos un viaje de vacaciones virtual. Elige algún lugar del mundo al que te gustaría ir e investiga un poco. Crea un folleto con cuatro párrafos. Primero, usa detalles sensoriales para describir cómo te lo imaginas. Explica lo que aprendiste en tu investigación. Luego, fundamenta por qué tus padres deberían llevarte a ese lugar. Por último, narra un cuento sobre lo que podría pasar en tu estadía. En los paneles restantes, dibuja una portada para tu folleto y agrega imágenes.	Ayuda a tu familia en algún proyecto de mejoras del hogar. Calcula el área de una pared que se necesite pintar y luego averigua el costo de pintura según el área de la pared. Calcula el costo de un tapete nuevo según el área de una habitación. Si construyes un cantero en el patio o en un jardín comunitario, halla el área y el volumen del cantero y el costo de los materiales necesarios.
Comunicación	Escribe cartas o tarjetas a tus familiares mayores que no vez casi nunca o que no reciben visitas.	Llama a un amigo y juega al "Juego de los favoritos" para conocerse mejor. Por ej.: ¿Cuál es tu	Usa Skype o Facetime para comunicarte con un familiar o amigo en lugar de enviarle	Siéntate espalda con espalda con un miembro de la familia. Uno de los dos tiene un objeto que	Usa el protocolo de Foco-Reflexión (Microlab) con tu familia. Cada integrante elige un tema. Por un	Juega juegos como dígalo con mímica, Pictionary, Scrabble, Apples to Apples

	Luego, escribe un tuit que refleje el mensaje de la carta. Piensa en qué se diferencian.	canción favorita? ¿Cuál es tu dulce favorito?	mensajes de texto.	deberá describir al otro participante. Este último dibujará el objeto según la descripción que le dieron.	minuto, cada integrante dice lo que quiera sobre un tema sin interrupción mientras los demás escuchan. Al final, agrega cinco minutos al cronómetro para tener una charla abierta sobre alguno de los temas.	(Manzanas con manzanas) y Boggle.
Creatividad	Construye una pista de obstáculos (del estilo Guerrero ninja americano) y desafíate a completarlo más rápidamente que la primera vez.	Históricamente, el arte se ha utilizado para documentar acontecimientos . Dibuja, haz un boceto, pinta o esculpe una obra de arte que cuente los acontecimientos de nuestro mundo.	Busca algunos papeles y crea un par de anteojos de sol de origami para el receso primaveral. Sunglasses	Usa papel enrollado para crear una escultura abstracta. Usa pegamento.	Haz una escultura de un insecto en 3D con los materiales que elijas. Cartón, cables, papel, latas, etc.	Crema una historieta en la que tú serás el personaje principal.
Pensamiento crítico	Desafía a tus hermanos a construir la torre más alta posible únicamente con materiales domésticos.	¡Construye un puente o torre únicamente con malvaiscos y palillos!	Completa el siguiente desafío Household Object Challenge . Construye una casa únicamente con dos apósitos, dos clips, dos hojas de papel y dos barritas de goma de mascar.	Crema un mensaje misterioso para una amigo o hermano/a. Por ejemplo: a=z, b=y, c=x,d=w, e=v, f=u, g=t, h=s, i=r, j=q, k=p, L=o, m=n, n=m, o=L, p=k, q=j, r=i, s=h, t=g, u=f, v=e, w=d, x=c, y=b, z=a. Luego, continúa con un breve video sobre los locutores de claves más influyentes de Estados Unidos durante la Segunda Guerra Mundial: Navajo Code Talkers .	Las noticias arrojan cifras a lo loco. El gasto federal, paquetes de asistencia, tasas de morbilidad, etc. Usa tu comprensión del sentido numérico para entender lo que sucede en tu comunidad, estado, país y el mundo.	Muchos líderes hablan de responsabilidad cívica. ¿Qué significa esto? ¿Cuál es tu responsabilidad cívica de acuerdo con lo que nuestros líderes exigen a los estadounidenses?
Colaboración	Pregunta a tu familia cómo	Dobla un papel en tercios.	Arma una lista de actividades	Teatro de lectores: Lee	Organiza tu sala de estar,	Crema una canción nueva,

	puedes ayudar en la casa. Trabajen juntos y creen un cronograma de tareas, aprendizaje y tiempo libre.	Corta el lado izquierdo y derecho en tercios iguales. Draw figures to mix and match.	para hacer en familia.	una obra y representa las voces de los personajes. Puedes disfrazarte e incluir a tus hermanos y amigos para ayudarse mutuamente.	agrega estaciones con distintas actividades para hacer cada día, como juegos, arte, ejercicio, música y cocina.	receta, pista de obstáculos en tu patio o prepara un video educativo protagonizado por ti.
Bienestar social y emocional	¡Prepara la cena para tu familia! ¡Y lava los platos!	Lee un libro a tu hermano o hermana menor.	Ayuda a limpiar el patio. Junta hojas, hojas de pino, piñas, etc. Ofrece tu ayuda a un vecino mayor de forma gratuita.	Organiza el armario de las especias, la despensa o el refrigerador y ordena los elementos alfabéticamente .	Pasa un día entero sin hacer comentarios negativos, sin quejas ni chismes. Presta atención si lo haces. Pregúntate por qué tuviste la necesidad de hacerlo.	Ponte un objetivo. Cuenta tu objetivo a cinco personas. Es posible que uno de ellos te recuerde salir y poner manos a la obra para conseguirlo. ¡Ofrécete a ser el motivador de alguien!

Desafío de aprendizaje continuo - Escuela secundaria

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Tu desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera. Un desafío extra es crear tus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y completarlas. Comparte algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
Conocimiento sobre el tema	Toma una cinta métrica y sal al aire libre un día de sol. Halla la altura de un árbol alto midiendo tu altura, la longitud de tu sombra y la longitud de la sombra del árbol.	Investiga otras épocas de la historia similares al momento actual de nuestra historia. Haz un diagrama con las similitudes y diferencias entre los distintos acontecimientos: por ej., la pandemia de 1918, la Peste Negra, etc.	Busca una receta de pan casero. Considera si tu receta requiere o no levadura. ¿Cuál es la ciencia detrás del pan con levadura? ¿Puedes elaborar pan sin levadura? Intenta hacer una o varias hogazas de pan con y sin levadura. ¿Qué usan otras culturas para el "pan"? Plantea hipótesis sobre por qué algunos "panes" usan levadura y otros no.	Usa tu teléfono para sacar fotos de distintos edificios o puntos de referencia, usa la calculadora Desmos y sube tus imágenes para probar ecuaciones de distintas gráficas que se ajusten a distintas partes de la imagen.	Recorre tu casa y haz una lista de todo lo que podría considerarse tecnología (el objetivo es por lo menos 10 artículos). Para cada artículo, explica cómo ha cambiado con el tiempo. (Ejemplo: Reloj: solían ser relojes solares, relojes de arena, a cuerda y digitales). Como desafío extra, busca imágenes de cada ejemplo.	Investiga una enfermedad o condición crónica que afecte a alguien de tu entorno. ¿Cuáles son los síntomas? ¿Tratamientos? ¿Última investigación? ¿Fundaciones o grupos de apoyo?
Comunicación	Escribe o prepara un video en el que cuentes lo que tú o tu familia están aprendiendo durante esta situación única. Intenta pensar en las 10 cosas principales que estás aprendiendo. Considera el lado divertido de las cosas o las cosas graciosas que ves o escuchas hacer a la gente.	Escucha un podcast y considera escribir una respuesta o carta de admirador al creador del podcast. (A veces, piden tus historias relacionadas.)	Escucha música de un género o período diferente de la historia. Investiga información sobre el artista o la historia de las canciones que escribió. A veces, la historia de una canción es bastante interesante. Considera escribir tu propia interpretación y compárala con la del artista.	Escribe una carta a un diputado o al consejo escolar en la que compartas tus ideas o inquietudes sobre la situación actual u otro tema de peso que tengas en mente.	Habla con un adulto que conozcas sobre cómo usan las matemáticas en su línea de trabajo actual. ¿Qué adulto que conoces ha tomado la mayor cantidad de clases de matemáticas?	Siéntate a la mesa con un amigo o miembro de la familia. Sin hablar, mantengan una conversación escrita por quince minutos. Luego, comenten si fue fácil o difícil. Piensa en cómo se comunicaron. ¿Qué se perdió o ganó al escribir en lugar de hablar?

	<p>Podrías decidir compartir esta historia con tus amigos o familia. The Indiana Historical Society is looking for documentation of this time in Hoosiers lives. Sé parte de la historia documentada.</p>					
Creatividad	<p>Estudia una obra de arte en Internet o una escultura de nuestra comunidad. Anota varias palabras o frases que se te ocurran mientras la miras. Cuando termines, recorta las palabras y frases para armar una poesía que compartir con tus amigos y familia en línea (¡o en tu refrigerador!).</p>	<p>Busca materiales reciclables en toda tu casa que podrían servir para construir una pajarera o comedero de pájaros.</p>	<p>Investiga las fórmulas para hacer desinfectante para manos, toallitas para bebés o toallitas húmedas caseras. ¡Prueba con tu familia si pueden comenzar a fabricar por su cuenta!</p>	<p>Otra alternativa es ingresar a desmos art project para crear una obra de arte matemático original.</p>	<p>Toma una foto de los titulares y escribe la historia de la imagen (ficción, ficción histórica, no ficción original o poema).</p>	<p>Con elementos de distintos colores y tamaños que halles en tu casa, crea una figura específica (gato, casa, auto, etc.) y pide a alguien que adivine qué es. Tomen turnos para hacer figuras y adivinar.</p>
Pensamiento crítico	<p>Elige un tema o una inquietud de los acontecimientos actuales que te preocupe. Lee algunos artículos o mira videos bien informados sobre el tema. Usa esa información para guiar la redacción de una carta al editor, al diario local o una autoridad pública que esté interesado en tu cuestión. Asegúrate de que la carta represente tu pensamiento en todos los</p>	<p>Investiga alguno de los documentos importantes que un día tendrás que explorar: formularios de impuestos, W-4 de empleo, solicitudes universitarias, solicitudes de empleo o contratos de teléfono celular. Ten en cuenta los términos de los documentos que entiendes y no entiendes. Propón ideas sobre las maneras en las que puedes resolver cómo entender los</p>	<p>Elabora un presupuesto como si fueras a mudarte solo y tuvieras que pagar tus cuentas. Investiga el alquiler mensual, los servicios públicos, comida, teléfono celular, etc. O elabora un presupuesto usando las hojas de cálculo de Google en el que incluyas tu ingreso actual (si tienes trabajo) y gastos. Sources for budgeting</p>	<p>Compara y contrasta en qué te fue bien hasta ahora y qué, en tu opinión, no ha ido como tú hubieras querido. Crea una lista física. Revisa la lista uno por uno y pregúntate qué pudiste controlar y sobre qué no tuviste control.</p>	<p>Crea un conjunto de tarjetas que incluya cinco de las siguientes: Avanzar un paso, avanzar dos pasos, avanzar tres pasos, retroceder un paso, girar a la derecha, girar a la izquierda, girar en U. Pide a alguien que defina un "Lugar de partida" y un "Lugar de llegada" en tu casa. Usando TODAS las cartas, intenta mover un objeto del "Lugar de partida" al "Lugar de</p>	<p>Construye una cometa con los elementos que "encuentres", como una bolsa de plástico destinada al contenedor de reciclaje, ramas pequeñas y una cuerda. Prueba diseños no tradicionales de tu propia creación.</p>

	aspectos del tema o cuestión. <i>(No te olvides de considerar los factores de una buena fuente.)</i>	documentos y completarlos.			llegada".	
Colaboración	Inventa un juego familiar o revisa uno de los anteriores, como el Dígalo con mímica. Por ejemplo: Elige el Dígalo con mímica y propón una categoría, como Solo películas, O juega con la opción de solo decir una palabra, o un sonido que represente la palabra del papel. Comprueba quién adivina más.	Trabaja con un amigo o familiar para crear un plano de un piso de tu casa.	Busca una tarea o actividad de la casa. Con otra persona, ata tu pierna derecha a la pierna izquierda de la otra persona, y tu brazo derecho a su brazo izquierdo. Luego, intenten completar la tarea juntos. (Ideas de tareas: doblar la ropa limpia, lavar los platos, pasar la aspiradora, limpiar con un trapo, pasar el rastrillo, etc.)	Enseña a otro miembro de la casa algo que sepas. Puede ser una habilidad especial que sepas, como tocar un instrumento, un concepto matemático o un juego.	Reúnete con tus amigos a través de Facetime, Skype, Zoom o Google y canta una canción preferida o compongan una nueva todos juntos.	Piensa en una audiencia dentro de 20 o 50 años. Escribe o lleva un diario o registro de lo que está pasando que podría ser útil para la gente de esa época para comprender nuestro presente. ¿Qué tendrías que explicar? ¿Qué podrían no saber?
Bienestar social y emocional	Busca una receta familiar que puedas duplicar o triplicar. Prepara esa receta y rotula los ingredientes y el tiempo de cocción. Congela comidas adicionales. Llévasela a una familia que tú o tu familia conozcan bien, que podría necesitar ayuda extra esta semana.	Lee para disfrutar, para cuidarte, para reírte o tener una sensación de calma.	Lleva un diario de la gratitud por día. Cada día escribe 10 cosas que agradezcas, ya sean grandes o pequeñas.	Diseña un espacio de aprendizaje que podría ayudar a alguien con necesidades especiales. Piensa en cómo este espacio podría respaldar su aprendizaje y contribuir a sus sentimientos de seguridad y comodidad.	Diseña un mural de visión (digital o impreso) de los colores, lugares y cosas que te atraen y te hacen sentir en paz. Busca imágenes de cómo te gustaría fuera tu vida cuando tengas 20 o 25 años. Incluye lugares en los que te sientes querido y tranquilo. Revisa el mural de visión y reflexiona sobre los elementos que elegiste.	Pasa tiempo mirando tus fotos. Reflexiona sobre con quién estás, dónde estás y por qué se sacaron esa foto. Pregúntate si las fotos que sacas te dan alegría. Crea un collage con las fotos más representativas y cuéntale a alguien por qué elegiste cada foto.

Desafío de aprendizaje continuo - Salud y actividad física

(Todas las opciones pueden realizarse cualquier día de la semana, con la frecuencia que quieras, solo o acompañado).

Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis	Opción siete
<p>Cinco vueltas de:</p> <ul style="list-style-type: none"> 60 saltos a la sogá simples (o abrir y cerrar piernas, si no tienes sogá) 30 estocadas hacia atrás 15 burpees 	<p>Tres series de:</p> <ul style="list-style-type: none"> 30 segundos de plancha frontal (apoyados sobre codos o manos) 30 segundos de plancha lateral sobre codo izquierdo 30 segundos de plancha lateral sobre codo derecho 10 hollow rocks (balanceo de cuerpo en posición ahuecada) (se puede modificar con rodillas flexionadas o manos sobre los muslos, si es necesario) 30 segundos de plancha lateral sobre codo izquierdo 30 segundos de plancha lateral sobre codo derecho 20 abdominales 	<p>Ejercicio cardiovascular (intenta hacerlo lo más rápidamente posible)</p> <ul style="list-style-type: none"> Dos orugas + 25 sentadillas con salto laterales (salta por encima de una línea, saltar a la sogá, botella de plástico, etc.) Cuatro orugas + 25 sentadillas con salto laterales Seis orugas + 25 sentadillas con salto laterales Ocho orugas + 25 sentadillas con salto laterales 10 orugas + 25 sentadillas con salto laterales 	<p>Movilidad/ Estiramiento: Intenta alcanzar 1:30 de cada estiramiento: de lado izquierdo y derecho, si corresponde.</p> <ul style="list-style-type: none"> Couch stretch (estiramiento de sofá) Postura de la paloma Mariposa Pierna extendida en suspensión Plancha straddle Elevación de piernas contra la pared 	<p>"El juego de cartas de ejercicios"</p> <p>Toma un mazo de cartas y comienza: Saca 1 carta por minuto por el tiempo que quieras entrenar (lo ideal son 15-20 minutos).</p> <p>Saca una carta al azar y realiza el número de repeticiones de los movimientos correspondientes a esa carta.</p> <p>Corazón = flexiones</p> <p>Espada = estocadas con salto</p> <p>Diamante = sentadillas libres</p> <p>Trébol = 10 burpees</p> <p>Por ejemplo: si sacas el 7 de espadas, tienes que hacer 7 estocadas con salto.</p> <p>Haz que el juego sea más divertido y elige la carta para tu compañero de entrenamiento y viceversa.</p>	<p>Sal a caminar con tu familia, amigos o mascota.</p>	<p>"Siete días de ejercicio" (Como la canción, "12 Days of Christmas" (Los 12 días de Navidad), completa cada ejercicio en orden ascendente.)</p> <p>Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 burpee 2 flexiones + 1 burpee 3 abdominales + 2 flexiones + 1 burpee <p>Continúa hasta siete movimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 - burpee 2 - flexiones (modifica, si es necesario) 3 - abdominales 4 - sentadillas con salto 5 - tríceps en banco (usa una silla, sillón, escaleras, etc.) 6 - abrir y cerrar piernas 7 - toque de hombros (mientras estás en la posición de plancha frontal, toca con la mano el hombro contrario)